

令和8年11月こんだて予定表



鳥羽市学校給食答志共同調理場

日	曜日	献立名	赤の食品(1・2群) おもに体をつくる	緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品(5・6群) おもにｴﾈﾙｷﾞｰになる	調味料・その他
2	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ぶたにくのチャプチェ	ぶたにく	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン	はるさめ ごま ごまあぶら さとう	さけ しょうゆ こしょう
		ちゅうかスープ	たまご ベーコン わかめ	たまねぎ ちんげんさい えのきたけ にんじん	かたくりこ	とりがらスープのもと しょうゆ しお こしょう
4	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		コッペパン	
		マカロニのミートソース	ぶたひきにく	たまねぎ にんじん	マカロニ さとう	ワイン ウスターソース ケチャップ しお こしょう コンソメスープのもと
		やさいスープ	ベーコン	キャベツ たまねぎ ちんげんさい にんじん		コンソメスープのもと しお しょうゆ こしょう
5	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		とりにくのからあげ	とりにく	しょうが にんにく	あげあぶら かたくりこ	しょうゆ さけ
		ワンタンスープ		キャベツ にんじん もやし	ワンタンのかわ	とりがらスープのもと しょうゆ しお こしょう
6	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さけのしおやき	さけ			
		ぶたじる	とうふ ぶたにく ミックスみそ あかみそ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ	じゃがいも	かつおけずりぶし
9	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		マーボーどうふ	とうふ ぶたひきにく あかみそ	しょうが たまねぎ にんじん ねぎ	かたくりこ さとう ごまあぶら	しょうゆ トウバンジャン とりがらスープのもと さけ
		バンサンスー	ロースハム	キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	はるさめ ごまあぶら さとう	す しょうゆ
10	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さわらのもみじやき	さわら	にんじん パセリ	マヨネーズ	さけ しお こしょう
		かんとうに	とりにく あつあげ	だいこん にんじん こんにゃく	さとう	さけ しょうゆ みりん かつおけずりぶし
11	水	こめこいりパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめこいりパン	
		チキンとポテトのレモンあえ	とりにく	レモンかじゅう	じゃがいも かたくりこ さとう あげあぶら	しお こしょう しょうゆ うすくちしょうゆ
		オニオンスープ	ベーコン	キャベツ たまねぎ パセリ	あぶら	コンソメスープのもと うすくちしょうゆ しお こしょう
12	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ぶたにくとじゃがいものキムチに	ぶたにく	しょうが こんにゃく たまねぎ にんじん キムチ	じゃがいも さとう ごまあぶら	さけ しょうゆ みりん
		ビーフンのサラダ	ロースハム	キャベツ きゅうり にんじん	マヨネーズ ビーフン ごまあぶら さとう	す しょうゆ
13	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		こうやどうふのたまごとじ	こうやどうふ たまご とりにく	たまねぎ にんじん ぶなしめじ ねぎ	さとう	さけ しょうゆ みりん うすくちしょうゆ しお かつおけずりぶし
		ごもくきんぴら	ツナ	こんにゃく れんこん ごぼう にんじん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ みりん
16	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		すきやきに	ぶたにく やきどうふ	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい ねぎ	さとう	さけ しょうゆ みりん
		だいがくいも			さつまいも さとう あげあぶら ごま	しょうゆ みりん
17	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		チキンカレー	とりにく	たまねぎ にんじん りんごピューレ	じゃがいも カレールウ	カレーこ ウスターソース コンソメスープのもと こしょう
		フルーツポンチ		みかん パイン もも		
18	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		コッペパン	
		ツナサラダ	ツナ	キャベツ きゅうり	マヨネーズ	こしょう
		ポトフ	ウインナー	だいこん にんじん たまねぎ キャベツ	じゃがいも	コンソメスープのもと しお こしょう しょうゆ
19	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さかなのいろつけ	さば	しょうが	かたくりこ さとう	さけ しょうゆ みりん
		めったじる	ぶたにく とうふ ミックスみそ あかみそ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ	さつまいも	かつおけずりぶし
20	金	むぎごはん,ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		パールポークのしょうがいため	にく(パールポーク)	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん	さとう	しょうゆ さけ しお こしょう
		あおさとたまごのスープ	ご あおさ	たまねぎ にんじん	かたくりこ	とりがらスープのもと しお こしょう うすくちしょうゆ
		ソーダフロートゼリー			ソーダフロートゼリー	
24	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		かつおのピリからあげ	かつお	しょうが	かたくりこ さとう あげあぶら ごま	しょうゆ さけ みりん す トウバンジャン
		だいこんのそぼろに	とりひきにく	こんにゃく だいこん にんじん ねぎ	かたくりこ	さけ みりん しょうゆ うすくちしょうゆ かつおけずりぶし
25	水	しょくパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		しょくパン	
		とりにくのてりやき	とりにく	しょうが	さとう かたくりこ	しょうゆ さけ みりん
		ゆでキャベツ		キャベツ		しお こしょう
		ミルクスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ クリームコーン にんじん パセリ	じゃがいも かたくりこ	ワイン コンソメスープのもと しお こしょう
26	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		にくじゃが	ぶたにく	こんにゃく たまねぎ にんじん	じゃがいも さとう	さけ みりん しょうゆ
		のりずあえ	のり ツナ	こまつな もやし にんじん	さとう ごま	しょうゆ す
27	金	ひじきそぼろごはん ぎゅうにゅう	ひじき とりひきにく ぎゅうにゅう	しょうが にんじん ねぎ	こめ さとう	さけ しょうゆ みりん
		ちくわのたつたあげ	ちくわ		かたくりこ あげあぶら	しょうゆ
		かきたまじる	とうふ たまご とうふ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	かたくりこ	しょうゆ うすくちしょうゆ しお かつおけずりぶし
30	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ドライカレー	ぶたひきにく	しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	カレールウ	ワイン こしょう しょうゆ カレーこ コンソメスープのもと
		キャベツスープ	ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ		コンソメスープのもと しお こしょう うすくちしょうゆ

石川県の郷土料

伊勢志摩国立公園
指定80周年記念給食

※都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。

19日(木):「さかなのいろつけ」「めったじる」は石川県の郷土料理です。
「さかなのいろつけ」は、焼いた魚に醤油と砂糖で作った甘辛いタレを絡めたお惣菜です。
「めったじる」は、さつまいもと根菜、豚肉などを入れた具だくさんの汁物です。

20日(金):伊勢志摩国立公園指定80周年記念給食です。伊勢志摩パールポークと伊勢志摩産のあおさを使った給食です。
ソーダフロートゼリーは、青い海と白い波をイメージしました。